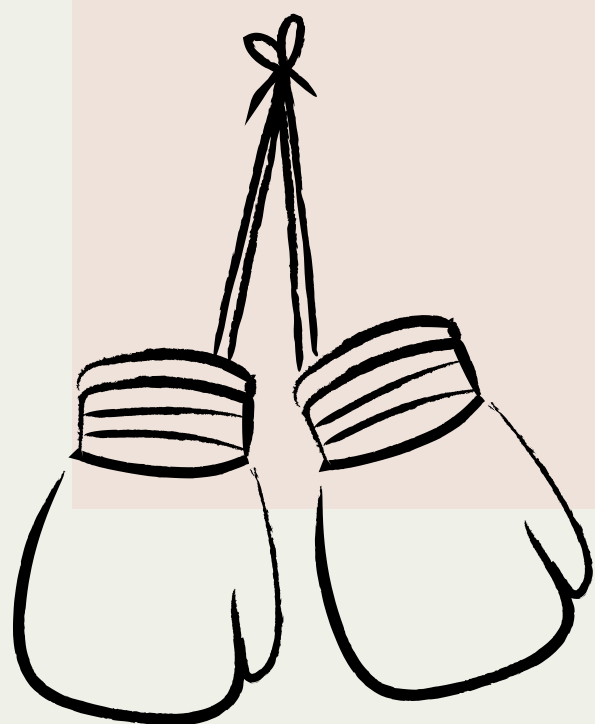




Interventielijst SPORT

- Wandelen
- Hardlopen
- Badminton *
- Boksen *
- Touwtjespringen *
- Yoya * Zie yoga kaart

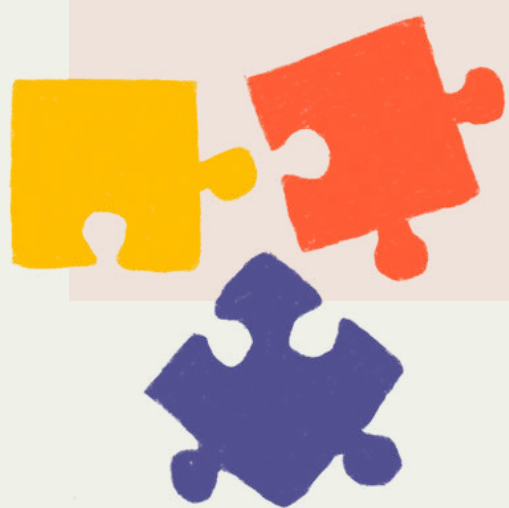


**Deze materialen bevinden zich niet in de mand, maar zijn te vinden
in de kast in de comfortroom*



Interventielijst SPEL

- Pittenzakjes
- Puzzelboekje
- Games
- Muziek maken *
- Rummikub **
- Skip-bo **
- Pimpampet **
- Wie is het? **
- Triominos **
- Uno **



**Deze materialen bevinden zich niet in de mand, maar zijn te vinden in de kast in de comfortroom*

***Deze materialen bevinden zich niet in de mand, maar zijn te vinden in de spelletjeskast in de woonkamer*



Interventielijst ONTSPANNING



- Knuffel
- Moonbird
- Douchen
- Ontspanningsoefeningen * Zie kaart
- Cocon/slaapzak*
- Verzwarringsdeken*
- Drukvest*
- Spijkermat*
- In een kussen schreeuwen*

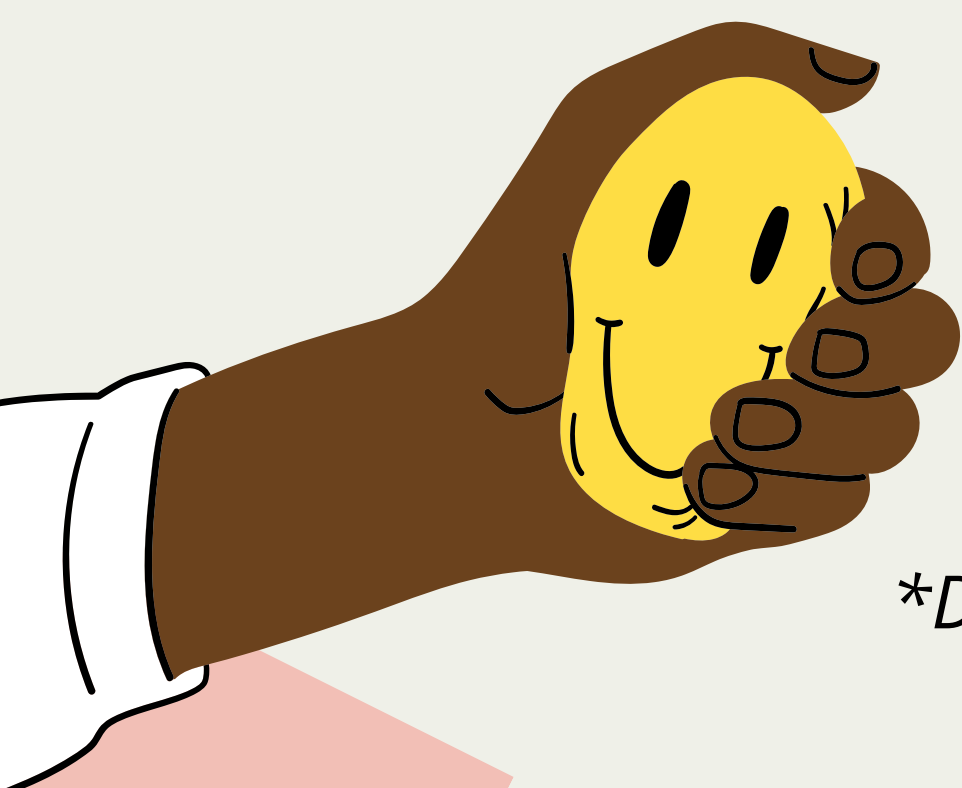


**Deze materialen bevinden zich niet in de mand, maar zijn te vinden in de kast in de comfortroom*



Interventielijst ZINTUIGELIJK

- Prikkelbal
- Stressbal
- Elastiekjes om pols/enkel
- Essentiële oliën *
- Benen/armen insmeren met lotion
- Geurwolkje *
- Handdoek wringen *
- Robotkat *
- Muziek/podcast (koptelefoon *)
- Ijsblokjes over de huid **
- Neem theelepel sambal **



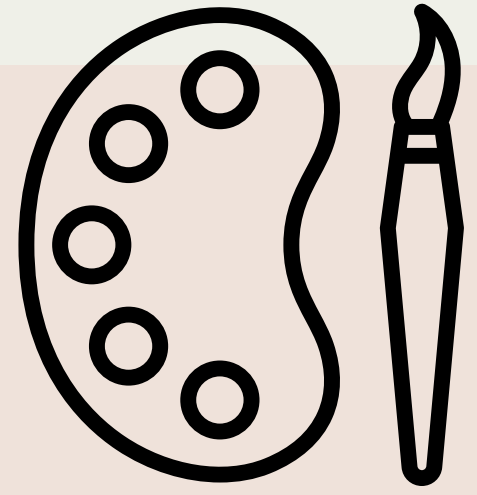
**Deze materialen bevinden zich niet in de mand, maar zijn te vinden in de kast in de comfortroom*

***Deze materialen bevinden zich niet in de mand, maar zijn te vinden in de kast in het voorraadhok*



Interventielijst CREATIEF

- Diamondpainting
- Kleuren/tekenen
- Liedjes zingen/neuriën
- Krassen op een kladblok
- Muziek maken *



**Deze materialen bevinden zich niet in de mand, maar zijn te vinden
in de kast in de comfortroom*



Aandachtspunten SPORT

Algemeen

- Patiënt moet zijn/haar aandacht verzetten van hetgeen dat zich afspeelt in het hoofd, op welke manier dit precies gebeurt maakt niet zoveel uit
- Het is belangrijk om aan te sluiten op wat de patiënt kan, anders kan dit leiden tot frustratie door het gevoel van onkunde. Dan wordt de aandacht niet verlegd en heeft de interventie niet het gewenste resultaat

Specifiek

- Wandelen: Stimuleer het bewustzijn van de omgeving en het eigen lijf van de patiënt, denk bijvoorbeeld aan de '5 zintuigelijke waarnemingen' oefening
- Hardlopen: Pas het tempo aan aan dat van de patiënt
- Badminton: Laat de patiënt wanneer mogelijk meetellen (hardop of in het hoofd), dit om het verzetten van de aandacht te stimuleren
- Boxen: Enkel onder begeleiding van een bewegingsagoog of PMT' er!
- Touwtje springen: Dit is een ingewikkelde handeling. Wees alert of dit haalbaar is voor de patiënt
- Yoga: Progressieve relaxatie kan erg helpend zijn, onderstaande video kan ingezet worden ter begeleiding: <https://www.youtube.com/watch?v=P91xzt10rzg>



Aandachtspunten SPEL

Algemeen

- Sommige spellen kunnen frustratie oproepen bij verlies of moeilijkheidsgraad. Het is belangrijk om aan te sluiten op het niveau/capaciteiten van de patiënt en de patiënt te ondersteunen bij het omgaan met emoties als verlies of teleurstelling

Specifiek

- Pittenzakjes: Te gebruiken om over te gooien, kan ook worden gebruikt om ergens tegenaan te gooien om frustratie/agressie te uiten
- Puzzelboekje: De opgaven kunnen moeilijk zijn voor cliënten. Bied eventueel meer eenvoudige puzzels aan



Aandachtspunten ONTSPANNING

Specifiek

- Moonbird: Zie A4 'Leeninformatie Moonbird' voor de handleiding. Belangrijk om te helpen/ondersteunen bij het synchroniseren van de ademhaling
- Douchen: Alleen wanneer er veiligheidsafspraken kunnen worden gemaakt
- Ontspanningsoefeningen: Zie de kaarten in de interventie box
- Cocon/slaapzak: Enkel gebruiken tijdens het slapen
- Verzwarringsdeken: Kan ingezet worden tijdens het rusten
- Drukvest: Van tevoren verstellen naar de eigen maat met m.b.v. de klittenband. Het vest oppompen door in de pomp te knijpen. De lucht gaat er weer uit door het witte dingetje eruit te trekken, het zilveren knopje ingedrukt te houden en het witte toetje in te drukken
- Spijkermat: Zie de uitleg volgens het stappenplan van 'Loti'
- In een kussen schreeuwen: Graag alert zijn dat dit emoties kan oproepen en/of versterken



Aandachtspunten ZINTUIGELIJK

Specifiek

- Elastiekjes om pols/enkel: Aandacht voor de manier waarop dit wordt toegepast. Kan iemand hier goed mee omgaan? Blijft deze interventie een goed alternatief of wordt het schadelijk?
- Benen/armen insmeren met lotion: Samen met de patiënt kijken waar hij/zij de lotion graag zou willen smeren
- Geurwolkje: 2 druppels vloeistof samen met op 300 ml water, het geurwolkje kan aangezet worden bij de middelste knop
- Handdoek wringen: Houdt een handdoek eronder voor het water dat gaat lekken
- Robotkat: De aan- en uitknop zit aan de onderkant
- Muziek/podcast (koptelefoon): De koptelefoon kan niet in een Iphone
- Ijsblokjes over de huid: Wellicht een plastic zakje om de ijsblokjes heen zodat het water niet gaat lekken



Aandachtspunten CREATIEF

Specifiek

- Diamondpainting: Patiënten kunnen (wanneer zij dit hebben) hun eigen diamondpainting maken, wanneer zij deze niet hebben is er een (gezamenlijke) set in de doos. Belangrijk om te noemen naar patiënten dat deze is om te delen
- Kleuren/tekenen: Wanneer mogelijk de patiënt laten tekenen vanuit het gevoel, zodat vanuit hier een gesprek kan worden gestart
- Liedjes zingen/neuriën: Patiënt attenderen om dit niet in gezamenlijke ruimtes te doen



Werkblad 1

Mensen die iets voor je
betekenen

Mensen die veel voor je
betekenen

Mensen die veel tot alles
voor je betekenen

Jij



Sociogram

